

KARYA TULIS ILMIAH

**EDUKASI PENTINGNYA *EXERCISE RANGE OF MOTION*
(ROM) PADA ANGGOTA KELUARGA YANG MENDERITA
RHEMATOID ARTHRITIS DI WILAYAH KERJA
UPTD PUSKESMAS TANJUNG AGUNG
TAHUN 2025**



HESTY SEFTIA

PO.71.20.222.0.31

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN PALEMBANG
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA
KEPERAWATAN BATURAJA
TAHUN 2025**

**EDUKASI PENTINGNYA *EXERCISE RANGE OF MOTION*
(ROM) PADA ANGGOTA KELUARGA YANG MENDERITA
RHEMATOID ARTHRITIS DI WILAYAH KERJA
UPTD PUSKESMAS TANJUNG AGUNG
TAHUN 2025**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Persyaratan Memperoleh Gelar
Ahli Madya Keperawatan**



**HESTY SEFTIA
PO.71.20.2.22.031**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN PALEMBANG
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA
KEPERAWATAN BATURAJA
TAHUN 2025**

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Arthritis Rheumatoid Adalah penyakit sistemik kronis yang melibatkan persendian, jaringan penghubung, otot, tendon, dan jaringan fibrosa. Hal ini cenderung menyerang kelompok usia dewasa produktif, yaitu antara usia 20 dan 40 tahun, dan merupakan kondisi kecacatan kronis yang biasanya menyebabkan rasa nyeri (WHO, 2014). Penyebab penyakit AR belum di ketahui secara pasti namun faktor predisposisinya adalah mekanisme imunitas (*antigen-antibodi*), faktor metabolik, dan infeksi virus (Suratun., et al 2008). Gejala utama yang dialami oleh penderita AR adalah nyeri dan keterbatasan gerak persendian. (Kusuma., et al 2021).

Menurut World Health Organization (WHO) pada tahun 2019 ditemukan 20% penduduk dunia menderita rheumatoid arthritis, frekuensinya 5-10% berusia 5-20 tahun, dan 20% berusia 55 tahun. Jumlah penderita rheumatoid arthritis di seluruh dunia telah mencapai 355 juta orang dan jumlah ini diperkirakan akan meningkat hingga tahun 2025 yang menunjukkan lebih dari 25% akan menderita kelumpuhan (WHO, 2019). Berdasarkan hasil data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2018, prevalensi rheumatoid arthritis di Indonesia sebesar 7,30%. Jumlah prevalensi tertinggi terdapat di Kota Jawa Tengah dengan jumlah prevalensi rheumatoid arthritis berjumlah 6,78%. Kesalahpahaman yang terjadi

mengenai penyakit ini cukup tinggi akibat meningkatnya kejadian penyakit rheumatoid arthritis (Balitbangkes, 2018).

Menurut Data Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan angka kejadian *arthritis rheumatoid* mengalami peningkatan setiap tahunnya pada tahun 2019 127.673 kasus dan terjadi peningkatan kembali pada tahun 2020 sebanyak 135.216 kasus. Pada tahun 2021 sebanyak 156.231 kasus, sementara kabupaten Oga Komring Ulu menduduki peringkat ke 10 dari 17 kota/kabupaten di Sumatra Selatan yaitu sebanyak 1.040 jiwa.(Dinas Kesehatan Palembang, 2022).

Data dinas Kesehatan Kabupaten Ogan Komring Ulu, pada Tahun 2019 jumlah penderita *Rheumatoid arthritis* mencapai 19.6%. Pada Tahun 2020 jumlah penderita *Rheumatoid arthritis* 19,6%. Pada tahun 2021 jumlah Rheumatoid arthritis 20.5%. Pada data dari Puskesmas, Jumlah estimasi penderita *Arthritis* di Wilayah Kerja Puskesmas Tanjung Agung Pra Lansia (umur 45-59 Tahun) berjumlah 513 kasus pasien sedangkan Lansia (umur >60 tahun) berjumlah 391 kasus pasien. (UPTD Puskesmas Tj Agung,2023).

Masalah yang sering kali dialami oleh penderita *AR* biasanya diikuti oleh kekakuan sendi pada pagi hari, gejala konstitusional berupa kelemahan, kelelahan, anoreksia, demam, pembengkakan, dan nyeri sendi (Helmi, 2012). Penelitian yang dilakukan S. White-Lewis et al tahun 2019 melaporkan bahwa 56,25% lansia mengalami nyeri *AR* hingga mengganggu aktivitas sehari-hari. Nyeri sendi merupakan gejala yang paling menonjol

pada penderita *AR*. Sifat-sifat nyeri yang dirasakan oleh penderita *AR* umumnya tajam dari nyeri sedang sampai dengan nyeri berat. Nyeri pada *AR* dapat diberikan tatalaksana farmakologi maupun non-farmakologi (Kusuma, et al 2021).

Latihan *Range of Motion (ROM)* membantu mengurangi kekakuan sendi, meningkatkan *mobilitas*, serta menjaga elastisitas dan fleksibilitas jaringan sekitar sendi. Pasien artritis disarankan melakukan latihan aktif atau berbantuan untuk mencegah peradangan berlebihan. Saat peradangan akut, *ROM* dipertahankan dengan satu hingga dua repetisi harian. Setelah fase akut berlalu, jumlah repetisi dapat ditingkatkan secara bertahap. Penelitian juga menunjukkan bahwa latihan *ROM* aktif yang dikombinasikan dengan teknik relaksasi dapat meningkatkan fungsi sendi dan mengurangi nyeri pada pasien *Arthritis Reumatoid* (Menurut Cameron & Monroe, 2007. Dalam penelitian Nurbaya.g l., et al 2020).

Berdasarkan data di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang Penerapan Latihan *Range Of Motion (ROM)* pada Anggota keluarga yang Menderita *Rheumatoid Arthritis* dengan Masalah Keterbatasan *Mobilitas* Sendi di wilayah puskesmas Tanjung Agung Kecamatan Baturaja Timur, kabupaten Ogan Komring Ulu 2025.

1.2 Rumusan Masalah

Belum diketahuinya Gambaran penerapan edukasi tentang pentingnya *exercise Range Of Motion* pada penderita Rheumatoid Arthritis di wilayah puskesmas Tanjung Agung Kecamatan Baturaja Timur, kabupaten Ogan Komring Ulu Tahun 2025.

1.3 Tujuan penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Diketahuinya Gambaran *Efektivitas* edukasi pada anggota keluarga dalam meningkatkan pemahaman dan keterampilan mengenai pentingnya *Range Of Motion (ROM)* pada anggota keluarga yang menderita Rheumatoid Arthritis di wilayah puskesmas Tanjung Agung Kecamatan Baturaja Timur, kabupaten Ogan Komring Ulu Tahun 2025.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan masalah kesehatan keluarga melalui pengkajian tentang edukasi pentingnya *exercise range of motion (ROM)* pada keluarga dengan anggota keluarga yang menderita rheumatoid arthritis di wilayah kerja UPTD Puskesmas Tanjung Agung tahun 2025.
- b. Mendeskripsikan diagnosa tentang pentingnya edukasi *exercise range of motion (ROM)* pada keluarga dengan anggota keluarga yang menderita rheumatoid arthritis di wilayah kerja UPTD Puskesmas Tanjung Agung tahun 2025.

- c. Mendeskripsikan intervensi tentang pentingnya edukasi exercise range of motion (ROM) pada keluarga dengan anggota keluarga yang menderita rheumatoid arthritis di wilayah kerja UPTD Puskesmas Tanjung Agung tahun 2025.
- d. Mendeskripsikan implementasi tentang pentingnya edukasi exercise range of motion (ROM) pada keluarga dengan anggota keluarga yang menderita rheumatoid arthritis di wilayah kerja UPTD Puskesmas Tanjung Agung tahun 2025.
- e. Mendeskripsikan evaluasi tentang pentingnya edukasi exercise range of motion (ROM) pada keluarga dengan anggota keluarga yang menderita rheumatoid arthritis di wilayah kerja UPTD Puskesmas Tanjung Agung tahun 2025.
- f. Diperoleh hasil keterlibatan keluarga tentang pentingnya edukasi exercise range of motion (ROM) pada keluarga dengan anggota keluarga yang menderita rheumatoid arthritis di wilayah kerja UPTD Puskesmas Tanjung Agung tahun 2025

1.2 Manfaat Penelitian

1.4.1 Metodologi

Metodologi Penelitian ini diharapkan dapat mendukung peneliti dalam merancang penelitian yang terorganisir, valid, dan dapat diandalkan, sehingga dapat mencapai tujuan yang berkaitan dengan Edukasi Pentingnya Exercise Range Of Motion (ROM) pada anggota keluarga yang menderita Rheumatoid Arthritis di wilayah kerja UPTD puskesmas Tanjung Agung tahun 2025.

1.4.2 Keilmuan

Sebagai acuan dalam pengembangan ilmu pengetahuan, memperluas wawasan, serta menjadi bahan masukan dan referensi dalam proses belajar mengajar, khususnya dalam bidang keperawatan keluarga tentang Edukasi Pentingnya Exercise Range Of Motion (ROM) pada anggota keluarga yang menderita Rheumatoid Arthritis di wilayah kerja UPTD puskesmas Tanjung Agung tahun 2025.

1.4.3 Sumber

Diharapkan dengan adanya sumber studi kasus ini semoga dapat membantu peneliti untuk mendapatkan data dan informasi mengenai Edukasi Pentingnya Exercise Range Of Motion (ROM) pada anggota keluarga yang menderita Rheumatoid Arthritis di wilayah kerja UPTD puskesmas Tanjung Agung tahun 2025.

DAFTAR PUSTAKA

- Brown, T., Johnson, M., & Lee, S. (2022). *Factors Affecting Range of Motion in Adults*. Journal of Physical Therapy, 28(3), 215-222.
- Cameron, M. H., & Monroe, L. G. (2007). *Therapeutic exercise for individuals with arthritis*. Journal of Rheumatology Studies, Siti Nurbaya et al 2020.
- Davis, L. (2024). *Active Range of Motion Exercises in Rehabilitation*. International Journal of Sports Medicine, 40(1), 45-52.
- Dinarti, & Muryanti, Y. (2017). Bahan Ajar Keperawatan: Dokumentasi Keperawatan. 1-172. <http://bppsdmk.kemkes.go.id/pusdiksdmk/wp-content/uploads/2017/11/Praktika-Dokumen-Keperawatan-Dafis.Pdf>
- Dinas Kesehatan Palembang. (2022). Data kejadian *rheumatoid arthritis* di Sumatera Selatan tahun 2019-2021. Palembang: Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan.
- Ermawati., et al. (2023). Pelayanan Primer pada Penyulit Obstertis dan Komplikasi Medis. Rena Cipta Mandiri.
- Fabanyo, R. A., et al. (2023). Buku Ajar Keperawatan Keluarga (Family Nursing Care). Penerbit NEM.
- Fathonah, S. (2023). Buku Ajar Keterampilan Dasar Keperawatan. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Garcia, M., & Kim, H. (2021). *Passive Range of Motion: Techniques and Benefits*. Journal of Rehabilitation Sciences, 19(4), 301-310.
- Hartoyo, M., dkk. (2024). Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah II. Mahakarya Citra Utama Group.
- Hati, Y. (2023). Bunga Rampai Patofisiologi Muskuloskeletal. Media Pustaka Indo.
- Hidayat, A. A. (2021). Proses Keperawatan; Pendekatan NANDA, NIC, NOC, dan SDKI. Health Books Publishing.
- Hidayat, A. A., & Uliyah, M. (2015). Buku Ajar Kebutuhan Dasar Manusia. Health Books Publishing.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI). (2018). Riskesdas 2018: Data kesehatan masyarakat Indonesia. Jakarta: Kemenkes RI.
- Mustamu, A. C., dkk. (2023). Buku Ajar Metodologi Keperawatan. Penerbit NEM.
- Ningsih, W. T., dkk. (2024). Buku Ajar Keperawatan Keluarga. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.

- Ns. I Gusti Ayu Putu Desy Rohana, M.Kep., Sp.Kep.Kom.,et.al (2024). Buku Ajar Keperawatan Keluarga.
- Purwanza, Sena Wahyu, Aulia Wahyuning Diah, & Lilis Sulistiya Nengrum. (2022). Faktor Penyebab Kekambuhan *Rheumatoid Arthritis* pada Lansia (55–85 Tahun). *Nursing Information Journal*, 1(2), 61-66.
- Sianipar, E. L., Resmi, L., & Jemaulana, S. (2021). Latihan *range of motion (ROM)* sebagai upaya mengurangi masalah akibat rheumatoid arthritis. Studi Kasus JME Fkep, Volume 1 No 2022.
- Sumarsih, G. (2023). Asuhan Keperawatan Lansia dan *Arthritis Rheumatoid*. CV. Mitra Edukasi Negeri.
- Suprajitno. (2004). Asuhan Keperawatan Keluarga. EGC.
- Susilawati, dkk. (2024). Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah III. Mahakarya Citra Utama Group.
- Tim Pokja SIKI DPP PPNI. (2018). Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI), Edisi 1, Cetakan II. Jakarta: DPP PPNI.
- Veranita, A. (2024). *Reumatoid Artritis*. PT. Sada Kurnia Pustaka.
- Wardani, H. R., dkk. (2023). Kebutuhan Dasar Manusia. Rizmedia Pustaka Indonesia.
- World Health Organization (WHO). (n.d.). *Rheumatoid arthritis prevalence and global burden*. Geneva: WHO.